

Jadłospis za okres od dnia 15.12.2024 do dnia 24.12.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

15.12.2024 niedziela				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) dżem 40g szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) dżem 40g szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) dżem 40g szczypiorek 50g herbata 250g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) kompot 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2054,50kcal/ B:90,99g/ T:47,40g / Kw.tł.nas:9,26g/ W:335,93g/W tym cukier:93,07g/ sól:4,49g / Bł:49,65g /	E:2080,10kcal/ B:91,63g/ T:46,92g / Kw.tł.nas:9,10g/ W:345,53g/W tym cukier:95,47g/ sól:4,17g / Bł:51,25g /	E:2026,08kcal/ B:89,89g/ T:48,70g / Kw.tł.nas:10,00g/ W:296,79g/W tym cukier:69,75g/ sól:3,65g / Bł:58,99g /	E:2246,50kcal/ B:101,79g/ T:53,85g / Kw.tł.nas:13,46g/ W:358,43g/W tym cukier:112,57g/ sól:4,59g / Bł:49,65g /

16.12.2024 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie;	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) bułka pszenna 80g (1,P76) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa ryżowa 300g (9) leczo 250g (1-P76) ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g	Zupa ryżowa 300g (9) leczo 250g (1-P76) ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g	Zupa ryżowa 300g (9) leczo 250g (1-P76) ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g	Zupa ryżowa 300g (9) leczo 250g (1-P76) ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Wafel kakaowy 40g (1-P76,6,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 100g (1-P76,1-P90,3,6,7,10) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 100g (1-P76,1-P90,3,6,7,10) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 100g (1-P76,1-P90,3,6,7,10) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 100g (1-P76,1-P90,3,6,7,10) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2207,80kcal/ B:73,05g/ T:62,38g / Kw.tł.nas:21,68g/ W:326,69g/W tym cukier:86,03g/ sól:4,29g / Bł:34,17g /	E:2233,40kcal/ B:73,69g/ T:61,90g / Kw.tł.nas:21,52g/ W:336,29g/W tym cukier:88,43g/ sól:3,97g / Bł:35,77g /	E:2054,16kcal/ B:68,89g/ T:62,38g / Kw.tł.nas:21,52g/ W:289,09g/W tym cukier:66,35g/ sól:2,85g / Bł:42,81g /	E:2420,20kcal/ B:75,73g/ T:73,98g / Kw.tł.nas:26,88g/ W:350,69g/W tym cukier:99,63g/ sól:4,36g / Bł:36,17g /

17.12.2024 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-P76,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-P76,9) łazanki z kapusty białej 350g (1-P76,3,6,10) kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-P76,9) łazanki z kapusty białej 350g (1-P76,3,6,10) kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-P76,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) kompot 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2223,06kcal/ B:75,39g/ T:68,52g / Kw.tł.nas:7,20g/ W:328,36g/W tym cukier:60,84g/ sól:4,36g / Bł:34,00g /	E:2320,81kcal/ B:72,46g/ T:59,26g / Kw.tł.nas:6,85g/ W:383,90g/W tym cukier:65,01g/ sól:3,96g / Bł:42,97g /	E:2141,58kcal/ B:67,51g/ T:58,55g / Kw.tł.nas:6,30g/ W:314,90g/W tym cukier:43,83g/ sól:1,90g / Bł:50,21g /	E:2466,06kcal/ B:83,39g/ T:73,27g / Kw.tł.nas:7,20g/ W:353,11g/W tym cukier:60,84g/ sól:4,36g / Bł:34,00g /

18.12.2024 środa				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) pomidory 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) pomidor bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) pomidor bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)
Obiad:	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) surówka z ogórka kiszzonego 200g kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z ogórka kiszzonego 200g kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z ogórka kiszzonego 200g kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z ogórka kiszzonego 200g kisiel 250g
Podwieczorek:				Bułka słodka 100g (1-P76,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2151,89kcal/ B:86,66g/ T:76,70g / Kw.tł.nas;23,28g/ W:299,21g/W tym cukier:45,17g/ sól;4,18g / Bł:38,68g /	E:2152,29kcal/ B:83,75g/ T:74,99g / Kw.tł.nas:22,78g/ W:299,91g/W tym cukier:47,22g/ sól:3,87g / Bł:26,91g /	E:2001,07kcal/ B:78,95g/ T:75,47g / Kw.tł.nas:22,78g/ W:259,71g/W tym cukier:32,14g/ sól:2,75g / Bł:33,95g /	E:2418,69kcal/ B:93,11g/ T:88,47g / Kw.tł.nas;25,54g/ W:338,31g/W tym cukier:51,12g/ sól:4,19g / Bł:25,31g /

19.12.2024 czwartek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1-P76,3,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1-P76,3,7,9) ryba po grecku z dorsza 300g (1-P76,4,9) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1-P76,3,7,9) ryba po grecku z dorsza 300g (1-P76,4,9) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1-P76,3,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Jogurt owocowy 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2479,99kcal/ B:77,23g/ T:99,49g / Kw.tł.nas:15,79g/ W:306,44g/W tym cukier:55,28g/ sól;6,41g / Bł:26,73g /	E:2428,19kcal/ B:85,98g/ T:78,80g / Kw.tł.nas:12,40g/ W:332,81g/W tym cukier:57,21g/ sól:4,02g / Bł:35,83g /	E:2248,96kcal/ B:81,18g/ T:79,28g / Kw.tł.nas:12,40g/ W:285,61g/ W tym cukier:35,13g/ sól;2,90g / Bł:42,87g /	E:2602,99kcal/ B:81,43g/ T:103,24g / Kw.tł.nas:18,19g/ W:329,39g/W tym cukier:55,28g/ sól;6,56g / Bł:26,73g /

20.12.2024 piątek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ser żółty 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ser żółty 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) sok z wodą 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) sok z wodą 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) sok z wodą 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2343,35kcal/ B:94,91g/ T:60,66g / Kw.tł.nas:10,09g/ W:349,54g/W tym cukier:49,22g/ sól:4,43g / Bł:20,07g /	E:2398,45kcal/ B:89,35g/ T:63,68g / Kw.tł.nas:10,68g/ W:363,89g/W tym cukier:54,17g sól:4,91g / Bł:23,67g /	E:2279,23cal/ B:84,55g/ T:64,16g / Kw.tł.nas:10,68g/ W:331,69g/W tym cukier:47,09g/ sól:3,79g / Bł:30,71g /	E:2497,10kcal/ B:94,91g/ T:60,66g / Kw.tł.nas;10,09g/ W:385,54g/W tym cukier:49,22g sól:4,43g / Bł:20,07g /

21.12.2024 sobota				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szyneczka konserwowa 50g szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szyneczka konserwowa 50g szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szyneczka konserwowa 50g szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szyneczka konserwowa 50g szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) łazanki z kapusty kiszonej 350g (1-P76,3,6,10) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) łazanki z kapusty kiszonej 350g (1-P76,3,6,10) kompot 250g
Podwieczorek:				Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2094,09kcal/ B:91,91g/ T:55,51g / Kw.tł.nas:10,16g/ W:308,18g/W tym cukier:79,41g/ sól;3,87g / Bł:35,40g /	E:2115,12kcal/ B:94,39g/ T:61,66g / Kw.tł.nas:13,32g/ W:299,05g/W tym cukier:66,03g/ sól:3,66g / Bł:44,21g /	E:1963,91kcal/ B:89,59g/ T:62,14g / Kw.tł.nas:13,32g/ W:258,85g/W tym cukier:50,95g/ sól:2,54g / Bł:51,25g /	E:2188,09kcal/ B:93,81g/ T:58,01g / Kw.tł.nas:11,76g/ W:323,18g/W tym cukier:89,11g/ sól;3,87g / Bł:36,60g /

22.12.2024 niedziela				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szynka biała 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szynka biała 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szynka biała 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szynka biała 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)
Obiad:	Zupa grochowa z makaronem 300g (1-P76,3,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa grochowa z makaronem 300g (1-P76,3,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Galaretka owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2340,19kcal/ B:88,02g/ T:93,94g / Kw.tł.nas:16,15g/ W:330,71g/W tym cukier:70,31g/ sól:4,07g / Bł:30,71g /	E:2380,88kcal/ B:87,35g/ T:89,47g / Kw.tł.nas:14,21g/ W:355,22g/W tym cukier:70,79g/ sól:3,75g / Bł:34,50g /	E:2168,65kcal/ B:84,35g/ T:89,95g / Kw.tł.nas:14,36g/ W:293,02g/W tym cukier:56,66g/ sól:2,64g / Bł:41,54g /	E:2465,19kcal/ B:93,02g/ T:93,94g / Kw.tł.nas:16,15g/ W:358,21g/W tym cukier:97,81g sól:4,07g/ Bł:30,71g/

23.12.2024 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) papryka świeża 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) papryka świeża 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) papryka świeża 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa brokułowa ziemniakami 300g (1-P76,7,9) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (1-P76,7,9) makaron z serem 350g(1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (1-P76,7,9) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kompot 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2165,53kcal/ B:83,17g/ T:35,51g / Kw.tł.nas:7,57g/ W:361,99g/W tym cukier:66,85g/ sól:3,27g / Bł:27,00g /	E:2191,13kcal/ B:83,81g/ T:35,03g / Kw.tł.nas:7,41g/ W:371,59g/W tym cukier:69,25g/ sól:2,95g / Bł:28,60g	E:2011,90kcal/ B:79,01g/ T:35,51g / Kw.tł.nas:7,41g/ W:324,39g/W tym cukier:47,17g/ sól:1,83g / Bł:35,64 /	E:2305,03kcal/ B:84,97g/ T:39,11g / Kw.tł.nas:9,97g/ W:386,59g/W tym cukier:86,35g/ sól:3,38g / Bł:27,00g /

24.12.2024 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (7) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (7) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (7) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (7) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g
II śniadanie:	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)
Obiad:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) herbata ziołowa 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) herbata ziołowa 250g	Chleb razowy 80g (1-P90) zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) herbata ziołowa 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Jabłko 150g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) zupa barszcz czerwony czysty 300g (9,12) krokiety z kapustą kiszoną i pieczarkami 300g (1-P76,3,7) ryba smażona panierowana 150g (1-P76,3,4) groch z kapustą kiszoną i pieczarkami 250g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) zupa barszcz czerwony czysty 300g (9,12) krokiety z kapustą kiszoną i pieczarkami 300g (1-P76,3,7) ryba smażona panierowana 150g (1-P76,3,4) groch z kapustą kiszoną i pieczarkami 250g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) zupa barszcz czerwony czysty 300g (9,12) krokiety z kapustą kiszoną i pieczarkami 300g (1-P76,3,7) ryba smażona panierowana 150g (1-P76,3,4) groch z kapustą kiszoną i pieczarkami 250g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) zupa barszcz czerwony czysty 300g (9,12) krokiety z kapustą kiszoną i pieczarkami 300g (1-P76,3,7) ryba smażona panierowana 150g (1-P76,3,4) groch z kapustą kiszoną i pieczarkami 250g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2418,06kcal/ B:91,49g/ T:61,16g / Kw.tł.nas:12,42g/ W:370,42g/W tym cukier:75,73g/ sól:6,11g / Bł:39,26g /	E:2456,46kcal/ B:92,45g/ T:60,44g / Kw.tł.nas:12,18g/ W:60,44g/W tym cukier:79,33g/ sól:5,63g / Bł:41,66g /	E:2227,62kcal/ B:85,25g/ T:61,16g / Kw.tł.nas:12,18g/ W:324,02g/W tym cukier:56,21g/ sól:3,95g / Bł:52,22g /	E:2493,06kcal/ B:92,09g/ T:62,66g / Kw.tł.nas:12,48g/ W:388,42g/W tym cukier:75,73g/ sól:6,11g / Bł:39,26g /

WYKAZ ALERGENÓW			
LP.	KOD	NAZWA	SYMBOL
1.	Gluten	Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut) lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne	<i>P67- owies P76-pszenica P86-zboża P90-żyto -jęczmień</i>
2.	Skorupiaki	Skorupiaki i produkty pochodne	<i>skorupiaki</i>
3.	Jaja	Jaja i produkty pochodne	<i>jaja</i>
4.	Ryby	Ryby i produkty pochodne	<i>ryby</i>
5.	Orzeszki ziemne	Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne	<i>orzeszki ziemne</i>
6.	Soja	Soja i produkty pochodne	<i>soja</i>
7.	Mleko	Mleko i produkty pochodne, łącznie z laktozą	<i>mleko</i>
8.	Orzechy	Migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe arachidowe, a także produkty pochodne	<i>orzechy</i>
9.	Seler	Seler i produkty pochodne	<i>seler</i>
10.	Gorczyca	Gorczyca i produkty pochodne	<i>gorczyca</i>
11.	Sezam	Nasiona sezamu i produkty pochodne	<i>sezam</i>
12.	Dwutlenek siarki	Dwutlenek siarki i siarczyny	<i>dwutlenek siarki</i>
13.	Łubin	Łubin i produkty pochodne	<i>łubin</i>
14.	Mięczaki	Mięczaki i produkty pochodne	<i>mięczaki</i>

